



46. Brockenlauf
Ilseburg / 03.09.2016

evaluación detallada

Gruschak, Wolfgang

Asociación: Trailrunning Harz
Dorsal: 502

recorrido: 26.20 km
26,2 km - Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 2:41:01

velocidad: 9.69 km/h
rendimiento en carrera: 6:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 253 (de 529)
posición en el recorrido/Men: 229 (de 447)
mejor tiempo del recorrido: 1:39:39

posición en la categoría: 20(de 58)
mejor tiempo en la categoría: 2:02:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso categoría	stage score		Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	Total score			
					posición Men	retraso Men					posición Men	retraso Men		
Loddenke	3.30	19:45	5:59	23	4:40	247	10:08	3.30	19:45	5:59	23	4:40	247	10:08
Schlüsie	3.10	22:21	7:12	22	5:31	243	8:31	6.40	42:06	6:34	23	10:11	242	16:02
Hermannsklippe	2.60	18:34	7:08	22	4:23	220	6:53	9.00	1:00:40	6:44	22	14:34	239	22:50
Brocken	3.10	31:10	10:03	23	8:26	243	12:55	12.10	1:31:50	7:35	23	23:00	248	35:45
Eiserner Handwe	3.60	17:47	4:56	11	2:56	162	5:17	15.70	1:49:37	6:58	20	25:56	231	41:02
Schlüsie	4.10	17:36	4:17	14	3:24	173	5:12	19.80	2:07:13	6:25	19	29:20	216	46:12
Loddenke	3.10	15:10	4:53	20	3:37	229	4:50	22.90	2:22:23	6:13	20	32:57	216	51:02
Ilseburg/Markt	3.30	18:38	5:38	42	5:34	323	10:20	26.20	2:41:01	6:08	20	38:31	229	1:01:22